

中国舞《中国龙》荣获2025湖北省中老年春节联欢晚会选拔赛十堰站金奖

这支舞蹈队“跳”上全省大舞台

■文、图/记者 杨天娇 通讯员 孔娜

本报讯 近日,由市老年大学艺术团舞蹈队选送的中国舞《中国龙》一路过关斩将,荣获2025湖北省中老年春节联欢晚会选拔赛十堰站金奖,成功“跳”上全省大舞台。

一袭白衣,手拿功夫扇,舞台上,20位参赛队员伴着音乐翩翩起舞,将中国舞的柔美与中国功夫的力度,流畅、合理地结合在一起,优美自然地演绎。

“我们这支队伍成立不到一年的时间,但团队里的每一位成员都格外珍惜每一次的演出机会。”艺术团团长孙莉告诉记者,从接到比赛通知到比赛正式开始只有短短半个月的时间,因此大家都做好了迎难而上的充足准备。

“我和舞蹈队长寇兰兰为了比赛花费一周的时间编排了这支舞蹈,从每一个动作到每一个节拍都经过反复斟酌。”孙莉介绍,在编排结束后,舞蹈队的成员们便立即进入紧张的排练中。

《中国龙》这支舞蹈使用了功夫扇,舞蹈动作中包含了大幅度抬腿、劈叉等高难度动作,对于这支平均年龄53岁的队伍而言,十分有



舞蹈《中国龙》凭借精彩的演绎获得了评委的青睐。

挑战性。

“机会难得,大家都想赢得这次比赛!”孙莉说,团队里没有人叫苦,而是默默地练习,“学员们暗自较劲,每次组织排练,人都到的特别齐。中场休息时大家也不愿放松,都在继续练习。”

因为有舞蹈基础,53岁的李萍在这次表演中担任领舞,舞蹈中有一小节连续的动作要求她在完成劈叉后迅速站起来进行下一个动作。“既要把动作做标准,还得稳准狠,这其实对于她来说是有难度的。”孙莉表示,但

李萍没有退缩,每天都自己在家反复练习,练到流汗水也没说让队长换个动作。“每天认认真真排练,只因心中的热爱,舞蹈就像生命中的一束光。”李萍说。

辛苦付出是有收获的,经过全体队员的努力后,舞蹈《中国龙》登上2025湖北省中老年春节联欢晚会选拔赛的舞台,并获得了评委的青睐,荣获选拔赛十堰站金奖。

“我们舞蹈队算是开了一个好头,未来,我们将更加努力,让团体登上更高、更大的舞台。”孙莉自豪地说。

助力养老服务提质增效 养老机构院长 集中“充电蓄能”

■记者 唐晓玮 通讯员 刘丹

本报讯 昨日,为期5天的十堰市养老机构院长培训班在市民政局圆满结业。此次培训由市民政局主办,市老年保健医学研究会承办,得到了市老年养护中心、十堰市人民医院医养中心的大力支持。来自全市各养老机构的50名院长齐聚一堂,共同为应对人口老龄化挑战“充电蓄能”。

本次培训,十堰市人民医院选派了30多名专家讲师,围绕政策解读、标准化建设、风控及医养结合照护等实用内容,为学员们带来了精彩的讲座和案例分析。课程紧扣行业脉搏,不仅涵盖了探索中国式养老方案、机构消防安全、食品安全等基础知识,还深入探讨了认知症照护、安宁疗护、老年人能力评估标准以及营养配餐等前沿话题。

对于参加培训的院长们来说,这既是一场知识的盛宴,也是一次行业领军人物汇聚、思维碰撞的盛会。培训形式丰富多样,包括专家讲座、政策解读、案例分析、现场实操和教学互动等环节。学员们在专家指导下,积极交流互助,学习养老服务新概念、新技术、新经验和新做法。

市民政局相关负责人表示,在结业典礼上表示,养老机构建设管理是民政工作的重中之重。我市在构建养老服务体系上取得了显著成绩,但仍面临着人才紧缺,尤其是高层次管理人才匮乏的问题。此次培训班的成功举办,不仅为学员们提供了一个提升自我的“黄金课堂”,更是我市夯实养老服务根基、提升服务水平的关键举措。

院长们纷纷表示,这次培训,不仅加深行业内部之间的沟通协作,也为养老行业的持续发展注入了新的活力。他们将把所学转化为优化养老服务的实操能力,为推动十堰市养老服务向科学化、专业化方向迈进贡献自己的力量。

世纪寿星康养院开业 提供高品质的养老服务

■文、图/记者 吕世银

本报讯 11月26日9时,一家集公寓养老、居家智慧养老、康复理疗、老年大学、社区幸福食堂于一体的新型养老服务机构——世纪寿星康养院开业。该机构位于北京路立交桥附近,建筑面积5000余平方米,总床位100张,致力于为老年人提供全方位、高品质的养老服务。

该机构从老人的“身心灵”全方位需求出发,高标准倾力打造完善的适老化硬件设施和智能化的设施设备。在这里,老人可以享受到全方位的照料,无论是日常生活还是健康管理,都能得到贴心周到的服务,致力于让老人的晚年生活有价值、有尊严。

“服务周到、设施齐全,住在这里



开业现场,丰富多彩的节目让老人们笑开了花。

简直就是享福啊!”年逾八十的张爷爷是首批入住世纪寿星康养院的老人之一,他经过多次考察体验,最终选择入住这里。

此外,该机构还配备了康复理疗设备和专业的康复师团队,为老人提

供个性化的康复服务。还开设了丰富多彩的课程,让老人在学习中保持活力,享受学习的乐趣。

该机构负责人表示,将为老年人提供更加优质、全面的养老服务,让他们在这里安享幸福晚年。

广告

十堰市西苑老年养护院
—医养结合 公办养老—
自理 半自理
全护 安宁疗护
地址:十堰市西城路271号(原东风公司黄龙疗养院)
电话:0719-8581199/8581238

见证时代变化 征集老物件的故事

时光荏苒,岁月流逝。而老物件,便是那沉淀在河底的璀璨明珠,承载着共同的记忆密码。

我们怀揣着敬畏与期待,诚挚地向广大老年朋友发出邀请,参与老物件征集活动。无论是象征着特殊历史时期的粮票、布票,还是那斑驳却依旧坚实的搪瓷缸、马灯;无论是饱含亲人温暖的羊毛背心,还是那滴答作响、见证岁月流转的老挂钟……只要它们能如同一把神奇的钥匙,打开您记忆的闸门,触动您心灵深处最柔软的角落,

唤醒那些被岁月尘封的往昔,我们都热切期待您与我们分享。

让我们携手,借助这些珍贵无比的物品,踏上追寻逝去岁月的奇妙之旅,去感受社会发展如沧海桑田般的巨大变迁。我们期待着您的参与,您的每一个分享,都将成为我们共同书写时代印记的绚烂笔触。

期待您的来电,让我们共同珍藏这份珍贵的记忆,让它在岁月长河中永放光芒。征集热线:18062186186、18702704952。